Cómo mantenerme seguro:

- Mantén todos los objetos pequeños alejados de mí, para que no me los lleve a la boca y me atragante. No me des nada que sea mas pequeño que una moneda de 50 centavos.

- Ponme siempre en un asiento para automóviles que sea seguro y esté certificado. Esta es la manera mas segura de viajar para mí. Asegúrate de que mi asiento esté colocado en el automóvil del modo correcto.

- No fumes cerca de mí, ni en mi casa. Mis pulmones son muy delicados.

- No dejes que me duerma con una botella de leche o jugo en la boca. No es bueno para mis dientes. (El agua está bien.)

Esta información enuncia actividades y signos normales de crecimiento y desarrollo que la mayoría de los niños realizarán y tendrán durante este período. Si tiene alguna pregunta que hacer sobre la actividad, el crecimiento o el desarrollo de su pequeño, póngase en contacto con su proveedor de atención médica o el departamento de salud local.

Es importante que los niños tengan exámenes médicos regulares a las dos semanas, los 2, 4, 6, 9, 12, 15 y 18 meses, los 2, 3, 4, 5, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18 y 20 años de edad. Si desea información sobre la cobertura médica, póngase en contacto con la oficina local de servicios de la comunidad. Si tiene cupones médicos, pídale a su doctor o proveedor de atención médica para un examen de "niños sanos" o EPSDT.

Cómo crezco

Desde los 7 meses hasta el fin de 9 meses

Mi desarrollo:

- Comienzo a sentarme sin soporte.
- Puedo llevarme a la boca alimentos que se toman con los dedos.
- Comienzo a ponerme de pie, sujetándome de los muebles.
- Puedo recoger cosas pequeñas.
- Puedo gatear hacia atrás y hacia adelante.
- Hago muchos sonidos y los imito.
- Comienzo a reconocer algunas palabras.

Lo que hago:

- Me encanta gritar para atraer tu atención.
- Me asustan las nuevas experiencias y las personas que no conozco. Quédate conmigo hasta que me calme.
- Quiero que me alaben por todas las cosas que hago.
- Tengo ideas muy firmes respecto a lo que quiero y lo que no quiero hacer.
- Soy muy curioso y deseo explorarlo todo.
- Me molesto cuando me dejas, aunque sea solamente un momento.

Cómo puedes ayudarme a aprender:

- Comienza a leerme en voz alta. Háblame y dime lo que sucede.
- Dame tiempo para que me concentre en las cosas que me interesan.
- Dame juguetes para explorar y tocar.
- Señala las partes de mi cuerpo y repíteme sus nombres.

Cómo mantenerme seguro:

- Pon cerraduras a prueba de niños en los armarios que no quieras que abra. Pon puertas de seguridad arriba y abajo de las escaleras.
- Mantén todos los medicamentos, limpiadores, venenos y cosméticos fuera de mi alcance.
- Mantén baja la tapa del retrete. Cierra la puerta del baño. No me dejes nunca sólo en la bañera.
- Debo estar siempre alejado de todos los cables y enchufes eléctricos.
- No me dejes nunca solo en el automóvil.

Dear Colleague,

The Washington State Department of Health (DOH) is pleased to provide camera-ready art for printing this educational material. To ensure that the original quality of the piece is maintained, please read and follow the instructions below and the specifications included for professional printing.

- **Use the latest version**. DOH materials are developed using the most current information available, are checked for clinical accuracy, and are field tested with the intended audience to ensure they are clear and readable. DOH programs make periodic revisions to educational materials, so please check this web site to be sure you have the latest version. DOH assumes no responsibility for the use of this material or for any errors or omissions.

- **Do not alter**. We are providing this artwork with the understanding that it will be printed without alterations and copies will be free to the public. Do not edit the text or use illustrations or photographs for other purposes without first contacting us. Please do not alter or remove the DOH logo, publication number or revision date. If you want to use a part of this publication for other purposes, contact the Office of Health Promotion first.

- **For quality reproduction**: Low resolution PDF files are intended for black and white or color desktop printers. They work best if you are making only one or two copies. High resolution PDF files are intended for reproducing large quantities and are set up for use by professional offset print shops. The high resolution files also include detailed printing specifications. Please match them as closely as possible and insist on the best possible quality for all reproductions.

If you have questions, contact:
Office of Health Promotion
P.O. Box 47833 Olympia, WA 98504-7833
(360) 236-3736

Sincerely,
Health Education Resource Exchange Web Team